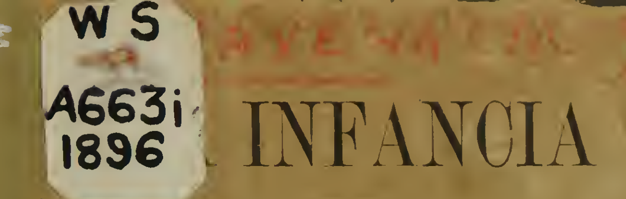


INFANCIA

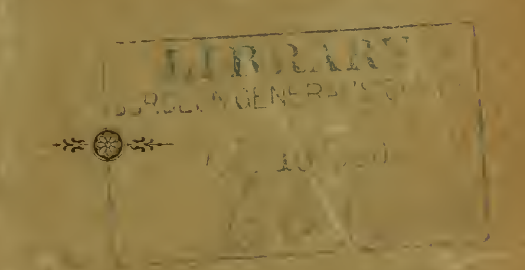
INDICACIONES Á LAS MADRES

re higiene y cuidado de los niños, desde el nacimiento
hasta la terminación de la primera dentición

POR EL

DR. MARCELINO ARAVENA

Ex-Interno del Hospital de Niños



BUENOS AIRES

IMPRENTA, LIT. Y ENCUADERNACIÓN DE J. PEUSER
CALLE SAN MARTÍN ESQUINA CANGALLO

1896

LA INFANCIA

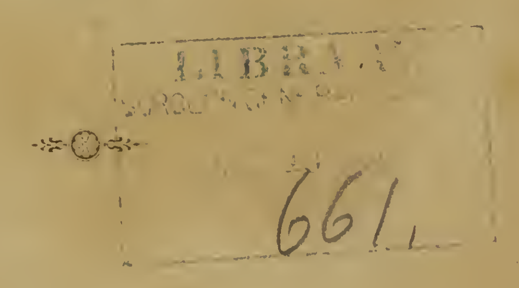
INDICACIONES Á LAS MADRES

sobre higiene y cuidado de los niños, desde el nacimiento hasta la terminación de la primera dentición

POR EL

DR. MARCELINO ARAVENA

Ex-Interno del Hospital de Niños



BUENOS AIRES

IMPRENTA, LIT. Y ENCUADERNACIÓN DE J. PEUSER

CALLE SAN MARTÍN ESQUINA CANGALLO

1896

A LAS MADRES

Muchísimo se ha escrito y se escribirá todavía sobre higiene y cuidado de los niños y nunca será lo suficiente cuanto se repita en este sentido.

La forma y estilo que hemos adoptado al escribir este modesto trabajo tiene por objeto no hacer fatigosa su lectura y ponerlo al alcance de todas las inteligencias.

Es difícil escribir siquiera poco nuevo sobre esta materia que no haya sido estudiada en distintas formas, en los innumerables trabajos que se han publicado.

Fruto de cuanto nos ha sido posible leer y de nuestras propias observaciones en catorce años de asistencia de niños, lo ofrecemos hoy á las madres abrigando la convicción de llenar hasta un deber de patriotismo propendiendo á divulgar los conocimientos necesarios para el cuidado y crianza de los niños en un orden progresivo, siguiendo su desarrollo y todas las manifestaciones de la vida desde el nacimiento hasta la edad de dos años y medio en que se ha completado la primera dentición, comprendiendo los períodos que los autores llaman el recién nacido y la infancia, abarcando ambos en esta última denominación para título de nuestro libro.

Es obra patriótica hacer conocer por todos los medios posibles cuantos cuidados puedan contribuir á disminuir la mortalidad durante los primeros años de la vida, preocupación que ha originado numerosos estudios y datos estadísticos en las naciones más adelantadas, siendo estos últimos quizá los que han dado un resultado más benéfico, haciendo conocer la cifra aterradora de la mortalidad en los niños, durante los primeros cinco años de la vida, naciendo de aquí todas las leyes, ordenanzas, medidas, instituciones de caridad del estado y particulares, tendentes á remediar tan grave mal y que tanto influye en el decrecimiento de la población.

Calcúlase en treinta y cinco por ciento la mortalidad durante los primeros cinco años de la vida, tocándole al primer año una mortalidad de veinticuatro por ciento, repartiéndose en los cuatro años siguientes el resto de la proporción de defunciones, decreciendo siempre desde el nacimiento á los cinco años.

Son variadas las enfermedades que actúan como factores importantes de esta mortalidad, y entre las enfermedades hereditarias, los infecto contagiosas, vicios de conformación, enfermedades del aparato respiratorio y digestivo y sus complicaciones, meningitis, etc., toca la cifra más importante á las enfermedades del aparato digestivo siendo estas más temibles desde el nacimiento al primer año y originadas por la falta de régimen en la lactancia materna, ó por las nodrizas en casa del niño, más por la lactancia en casa de las nodrizas, más en la

ciudad que en la campaña, más en verano que en invierno, más por la alimentación mixta compuesta de leche de la madre ó nodriza y leche de vaca, y la mayor parte por la lactancia artificial con biberón ó frasco, y con leche de vaca ó cabra, etc.

Bastarán estas breves consideraciones para demostrar cuán necesario es divulgar estos conocimientos justificando así el sentimiento que nos ha guiado al hacer esta publicación, esperando que estas influyan para su feliz acogida, y para que sean disculpadas las muchas deficiencias de que pueda adolecer.

El autor.

I

Nacimiento y primeros cuidados

....Un Dieu créa dans nos misères
Les baisers des enfants pour les larmes des mères.
LEGOUVIÉ.

. ...Un Dios creó entre nuestras miserias
Los besos de los niños para las lágrimas de las madres
LEGOUVIÉ.

Buenas noches M^me V., esperaba á Vd. con impaciencia y si he decidido mandarla buscar es porque no se hará esperar el momento en que sea necesaria su intervención.

Mi señora, reclama su presencia desde hace una hora por las novedades que siente, teniendo casi la seguridad de que su cálculo será exacto, son las doce y veinte minutos y Vd. anunció para la una ó dos de la mañana.

No es descriptible la emoción del Sr. R. al saludar á la acreditada partera hablando á

media voz con la precipitación propia del estado nervioso del que ansía y siente cerca el momento de ver el primer hijo, acompañándola al mismo tiempo hasta el lecho de la amada esposa.

En aquella habitación cuyo ambiente tibio y agradable impresiona bien en esa noche de invierno, todo ha sido dispuesto para la operación que debe tener lugar con esmerada prolijidad, ocupando el puesto preferente con su cabecera cerca del muro y en el medio, el lecho de la que va á ser madre. Entre blandas y mullidas almohadas y blancas y coquetas sábanas dobladas sobre las cubiertas, allí aparece el busto y el rostro con expresión amable y simpática que expresan la satisfacción con que ve llegar á la que debe asistirla en tan difícil momento, cuyo auxilio reclama con la mirada.

Sus dolores son cada vez más fuertes, su pecho se mueve al ritmo agitado de la respiración ansiosa, y la fisonomía alterna con rápi-

dos cambiantes entre la expresión del dolor que contrae y oscurece las facciones, ó iluminadas por la esperanza y la felicidad de ser madre.

Con enérgica resolución que concluye en desfallecimiento, que se rehace en seguida para luchar con ánimo, va de dolor en dolor hasta el último esfuerzo y con éste á nacido aquel pedazo querido de su ser.

Cubierta de sudor, rendida de cansancio siente debilitadas sus fuerzas, pero un ligero reposo le da nuevo vigor y sus primeras palabras .... ¿Está vivo? ¿Es varón ó mujer? Quiero verle.

Todo esto en el corto tiempo en que el niño bien nacido, de término, rollizo, ha sido puesto en el baño después de dos minutos próximamente, tiempo que se ha dejado pasar antes de ligar el cordón con el objeto de que disminuya la circulación en éste y se establezca la respiración en el recién nacido.

La ligadura del cordón ha sido hecha á

cinco centímetros poco más ó menos de la piel del vientre, haciendo una segunda ligadura por encima de ésta á dos centímetros seccionándose entre estas dos ligaduras con una tijera bien limpia y aséptica. (1)

El baño caliente á la temperatura de 30 á 32 grados centígrados poco más ó menos en que es colocado el recién nacido, sirve para limpiarle cuidadosamente, jabonándole bien y friccionándole suavemente con una esponja ó con la mano, secándole en seguida con una toalla ó paño calentado á propósito, empolvándolo bien con polvos de arroz sin olor, y ya ha anunciado su vida con el primer grito en casi todos fuerte, agudo, quejumbroso revelando quizá el primer sufrimiento ó la primer necesidad.

Curado el ombligo y pasada en seguida la faja ó vendaje que ha de sostener la curación

---

(1) Cuando no se tiene á mano una tijera bien limpia y aséptica traída por la partera se tomará cualquiera lavándola primero con agua hirviendo y despues de secada se humedece en aguardiente y se quema.

es vestido y entregado á la madre, una vez terminadas las operaciones consecutivas al alumbramiento, extracción de placenta, limpieza minuciosa, inyección antiséptica, etc.

Ella lo recibe en sus brazos.... y qué escribiéramos que pueda ser siquiera un pálido reflejo de la expresión de felicidad incomparable que revela en su rostro y la dulzura y el tierno cariño con que siente entre sus brazos el primer hijo.

El primer beso, santa expresión del amor sin igual de la madre, y después, el color de la piel, el color y abundancia del cabello, los rasgos fisionómicos que le revelan el aire de familia, todo lo examina entre sus tiernas caricias, y el primer momento de llenar sus funciones de madre al poner su niño al pecho, forman el completo de aquel cuadro de felicidad reflejada en el padre y en las personas queridas que rodean el lecho en aquel momento.

¡ Página dorada en la historia de un hogar!

La partera ha terminado su misión por el

momento y se retira recomendando la mayor tranquilidad para la enferma y aconsejándole que después de un buen sueño si fuera posible, conveniente para la madre y para el recién nacido, le ponga el pecho aunque la secreción de la leche no sea abundante ó no se haya establecido todavía.

La primera leche ó calostro cuya secreción se establece en los últimos meses del embarazo se ve aparecer en mucho menos cantidad haciendo ligeras compresiones sobre el pezón y de la mayor ó menor abundancia con que se presenta de color amarillento, más ó menos espeso puede deducirse la abundancia de leche que tendrá en seguida.

Si el calostro no es un buen alimento, no debe dejar de darse al niño aprovechando á este la ligera acción laxante ayudándole así á despedir el meconio.[1]

---

(1) El meconio es de color gris verdoso bastante oscuro, á veces casi negro, compuesto de mucosidades intestinales, células epiteliales y grasas, pelos, etc., y constituye las primeras deposiciones del niño después del nacimiento.

No siempre se presenta la secreción de la leche después del parto, demorando á veces hasta dos y tres días ó más, no debiendo esto impedir que se ponga el niño al pecho después de las primeras cinco ó seis horas del nacimiento, dándole provisoriamente con una cucharita agua azucarada ligeramente templada, y aun si fuera posible conviene hacerle dar el pecho con otra persona que tuviera un niño cuando más de dos ó tres meses, sin dejar de ponerlo varias veces en el día al pecho de la madre.

No aprobamos la medida de dar á los recién nacidos el jarabe de achicoria como es uso desde muchísimo tiempo, porque conseguimos mejor limpiar el intestino con una lavativa de agua templada en caso que la primera deposición compuesta casi siempre por meconio, tarde más de seis horas en presentarse.

Condenamos el uso del jarabe de achicoria porque sin él conseguimos el mismo efecto y

evitamos producir una ligera fatiga al estómago é intestinos, los que necesitamos mantener completamente libres para la digestión de la leche.

Felizmente nada de esto fué necesario en el caso presente, en que después de pocas horas, de la manera más psicológica se estableció abundante secreción que dieron mamas bien desarrolladas y constituídas para la lactancia.

Pecaríamos de una omisión injusta sino evidenciáramos la agradable impresión producida por la delicadeza en su trato, minuciosidad en los detalles convenientes á la atención de la enferma y plan verdaderamente antiséptico con que la inteligente partera procedió al desempeño de su misión.

Vímosla á su llegada cerca de la parturienta antes de tocarla lavarse las manos con agua abundante y jabón, haciéndose en seguida un segundo lavaje en una solución de Bicloruro de hidrargirio al uno por mil preparada de antes por su indicación.

La ligadura del cordón umbilical se hizo con un cordón hecho de varias hebras de hilo blanco de coser, pudiendo ser también de seda de suturas de treinta á cuarenta centímetros de largo próximamente, bastante resistente para no cortarse al hacer el doble nudo, fué usado pasando en cada ligadura una buena porción del hilo pasando una de sus puntas dos veces alrededor de la otra al hacer el primer nudo, el que una vez bien ajustado no se corre y haciendo un segundo nudo simple por encima en sentido inverso al anterior.

De la solución de ácido bórico al dos por ciento había ya preparada más de cuatro litros con agua antes hervida, que sirvió para hacer una abundante inyección antiséptica algo caliente á la enferma, después de extraída la placenta, quedando por consiguiente bien lavada, desinfectada y cuidadosamente cambiada la cama en el más perfecto estado de aseo.

La curación del cordón fué hecha con vaselina fenicada, pudiendo usarse también la glicerina fenicada, con cualquiera de las dos sustancias bien untado el cordón es pasado por el centro de una pieza de gasa fenicada ó salicilada doblada de cuatro, de diez centímetros cuadrados más ó menos y á la que se ha hecho un agujero en el medio, y un corte desde uno de sus bordes al centro, envolviendo suavemente el pedazo del cordón que formará el ombligo, plegándolo sobre el costado izquierdo, cubierto con una ligera planchuela de algodón fenicado y pasada en seguida la faja ó vendaje que debe sostener esta curación, y si este vendaje fuera hecho con tres ó cuatro vueltas de gasa fenicada no habría sido malo.

Excesiva precaución antiséptica quizá, pero más útil que perjudicial.

¡Cuantas enfermedades que tienen origen en la mala curación del cordón se evitarían si se tuvieran presentes estas indicaciones!

Si no fuera posible que la curación se hiciera aséptica completamente, por lo menos con toda la limpieza posible, pues en casos de necesidad ó de urgencia puede reemplazarse la glicerina fenicada ó la vaselina fenicada con aceite de olivos ó de almendras que se esteriliza haciéndole hervir con anticipación en un frasco bien tapado al baño de María, y trapos de hilo ya usados lavados de antemano con agua hirviendo, secándolos con planchas calientes y conservándolos bien limpios.

No consideramos una exageración pensar que nunca serán por demás todos los cuidados de limpieza que se tengan con la madre y el niño durante y después del parto, tanto en sus personas como en sus ropas de vestir, habitación, etc.

II

Primeras indicaciones higiénicas para el recién nacido, baño, vestido, alimentación, lecho, habitación,

---

La amistosa relación que mantengo con el señor R. me dió la oportunidad de encontrarme en su domicilio, á pedido suyo, la noche del alumbramiento de su señora, medida precaucional que no es desacertada, sobre todo en las primerizas, teniendo así á mano el médico para cualquier eventualidad en que fuera reclamado su auxilio.

Aunque en este caso no fuera necesaria mi intervención, debo felicitarme del llamado del señor R., porque me ha sido satisfactorio observar el procedimiento seguido por la partera y el régimen verdaderamente antiséptico adoptado en el tratamiento para con la madre y el niño, agregando á su competencia profesional su trato amable y cariñoso, cualidad que debe

acompañar siempre á las que se dedican á esta profesión.

He contraído con R. el compromiso de vigilar el cuidado y desarrollo de su hijito, al que me siento cariñosamente inclinado, pues ha sido tan comunicativa la felicidad y alegría de mi amigo al ver su primer vástago, y no ha dejado de halagarme la oportunidad de poner en práctica mis observaciones, hechas en tanto tiempo de asistencia de niños, ayudando éstas con la lectura de cuanto tenga á mano de lo mucho que se ha escrito sobre su higiene y cuidado.

Son las diez de la mañana, y en ocho horas de vida que lleva el recién nacido, después de un largo reposo la primer deposición que se ha presentado á las seis horas después del nacimiento constituída por el meconio de color oscuro, da señales de buena actividad intestinal, y debemos esperar también que la pérdida de peso que experimentan los niños en los primeros 3 ó 4 días de nacidos, se reponga fá-

cilmente dada la abundante secreción de calostro que empieza á manifestarse en los pechos de la madre y el vigor con que el niño hace la succión al mamar.

A pesar de no ser R. un hombre de fortuna, no ha economizado en las comodidades de que pueda rodear á su esposa, y satisface ver la extremada limpieza y perfecto orden que hay en aquel dormitorio, en el que una conveniente calefacción contribuye á mantener una temperatura que oscila alrededor de veinte grados centígrados sobre cero, conveniente para la madre y el niño.

Va á tener lugar la primera visita y la primera curación después del parto que hace la partera, y no ha quedado por llenarse ninguna de sus indicaciones.

El baño donde el niño debe ser lavado, perfectamente limpio, agua caliente en abundancia, empezando como antes por lavarse bien las manos, pasándolas en seguida por la solución antiséptica de bicloruro de hidrar-

girio, después de lo cual procede á desvestir al niño y ponerlo en el baño donde ha sido preparada el agua á una temperatura de 30 á 32 grados, jabonándolo bien con jabón de glicerina, y friccionando el cuerpito con una esponja suave y pasándolo en seguida á un segundo baño ya preparado con agua caliente á la misma temperatura que el anterior para dejar la piel limpia. Ya bien lavado y enjuagado, es colocado de espaldas sobre una ancha toalla de baño, previamente calentada y extendida á los pies del lecho de la madre, donde se le seca completamente, cubriéndolo desde el cuello á los pies con bastantes polvos de arroz sin olor, para dejar la piel sin la menor humedad.

La curación del ombligo ha sido hecha como la anterior, aprovechándose el tiempo que dura el baño y curación para calentar al fuego ó con una plancha, la camisita, bata de abrigo y el pañal, con el objeto de que el niño no sufra el menor enfriamiento, que conviene

siempre evitar por los resfríos que ocasiona, molestísimos por lo que impiden al niño hacer la succión con libertad cuando mama, y peligrosos por ser el camino abierto á las bronquitis y pulmonías, tan graves en esta edad.

Nunca serán demás cuantas precauciones se tomen para evitar que el niño tome frío al bañarle ó al sacarle del baño y vestirle. No aceptamos la indicación de algunos autores de suspender los baños hasta la caída del cordón por no encontrar la menor causa para ello, aconsejando por el contrario que éstos sean diarios, con todos los cuidados antes indicados, prefiriendo siempre la hora de la mañana en que se hace el aseo y primer cambio de ropas al niño.

Para demostrar la conveniencia del baño continuado, traducimos de un notable artículo del profesor Depaul, sobre el recién nacido, publicado en el "Diccionario de Medicina" de Dechambre, lo que sigue:

Una de las grandes ventajas de los baños es tener la piel de todo el cuerpo en un completo estado de limpieza. Las fricciones que se ejercen durante este tiempo con la mano, ó mejor con una esponja, constituyen una especie de masaje, cuyos efectos son excelentes. La inflamación que determina la ulceración que elimina el cordón es atenuada. La cicatrización que le sigue marcha con mayor rapidez. Los eritemas de los muslos y de la parte inferior del tronco son menos frecuentes y de una duración más corta; la acción general sedativa produce calma y reposo y no es extraña á la regularización de las funciones digestivas.

Las piezas de ropa que deben componer el vestido del recién nacido son sumamente conocidas para que hagamos de ellas un estudio especial, recomendando sí que la camisita, en forma de bata abierta por detrás, sea suficientemente ancha para que cruce con facilidad al ponerla, de género de hilo ó de algodón muy suaves, y una vez calentada debe, para abreviar la operación, prepararse, introduciéndose las mangas dentro de las de la bata de lana ó bombasí que sirve de abrigo,

teniendo especial cuidado al poner ambas, acortar con un pequeño plegado su longitud, tomar juntos los cinco deditos de la mano del niño, evitando así que el dedo pulgar quede detenido, habiendo llegado en algunos casos de descuído hasta producir su luxación.

Las dos batitas, cuyo largo no debe pasar del ombligo, van aseguradas dentro del pañal cruzado sobre el vientre, no muy apretado, y sostenido con alfileres de gancho, evitando en lo posible el uso de fajas, á menos que haya indicación especial en usarla.

El pañal, pieza invariable en el vestido del niño, debe ser de género suave y calentarlo siempre antes de ponerlo, en la estación fría. El uso de una pieza de franela en forma de triángulo sobre el pañal la creemos conveniente, porque contribuye á mantener el calor.

La forma y largo de la mantilla es variable, y como su principal objeto es servir de abrigo, es siempre de bombasí ó franela, etc., prendiéndose siempre junto con el pañal.

Siempre que algún vicio de conformación no exija indicación especial, deben las ropas del niño ser más bien holgadas, dejando facilidad en los movimientos y con el abrigo que exija la estación.

La gorrita conviene usarse, sobre todo en invierno y en los primeros meses del nacimiento, conviniendo usar dos, una de género suave de hilo ó algodón, y otra más abrigada de bombasí ó lana.

Después de los cuidados relativos al niño, toca á la madre su minuciosa limpieza, abundante inyección antiséptica, cambio de ropas de cama, etc., dejándola en las más perfectas condiciones de aseo, aconsejándole en seguida poner su hijo al pecho, acostándose de lado en una posición que le sea cómoda, para que esté sostenido entre sus brazos y pueda mamar cómodamente, conviniendo á la enferma hacer los menos movimientos posibles y no sentarse en la cama en los primeros días que siguen al parto.

El niño que ha mamado á quedar satisfecho concluye por quedarse dormido, siendo colocado en seguida en la cuna, sobre la que anotaremos algunas indicaciones que creemos útiles.

No haremos mención especial sobre el material de su construcción, que por lo general depende de las condiciones de fortuna de cada uno, lo mismo que su ornamentación.

La del niño del señor R. es de bronce, de construcción sencilla pero sólida, con fácil movimiento, demandando poco esfuerzo para mecerla, y tapizada por dentro, bien acolchada y provista de un grueso colchón de buena lana, cubierto con un impermeable delgado y suave para impedir que pase la humedad de la orina, arreglada con sábanas de extremada limpieza y buenas cubiertas de abrigo.

Las cortinas dobles de muselina blanca y género celeste de seda la cierran completamente en caso necesario para impedir la luz y el aire frío mientras duerme el niño.

Antes de ser acostado conviene cerciorarse siempre si la cama está seca y caliente, colocándole, una vez en ella, una botella de barro llena de agua caliente, para evitar en cuanto sea posible que el cuerpito pierda calor, sobre todo en las noches frías, pues á la disminución de temperatura atribuyen algunos autores el desvelo del niño justamente en las horas en que se hacen más necesarios el sueño y el descanso para éste y para la madre.

Debe procurarse siempre acostarle del lado izquierdo, evitando así la compresión del hígado. La cuna debe estar siempre cerca del lecho de la madre ó de la nodriza, lo que le facilita, teniendo tan á mano la criatura, vigilar su sueño, sus movimientos, y sobre todo cerciorarse siempre de que sus ropas están secas y limpias, procediendo á cambiarlas en el momento cada vèz que la orina ó las deposiciones lo han humedecido, secándole muy bien y poniéndole polvos en abundancia, sobre todo en las partes genitales, cara interna de los

muslos y pliegue de la piel que éstos forman con el vientre, piernas, etc.

La operación de cambiar las ropas, sobre todo en la estación fría, debe ser siempre lo más rápida posible.

Por escasos que sean los recursos de una familia, no dejaremos de recomendar la adquisición de la cuna por pobre que sea, debiendo siempre tener en cuenta lo perjudicial que es para el niño dormir en el lecho materno, además del peligro á que se expone, siendo bastante para alarmarnos los casos desgraciados que citan los autores, en que se ha encontrado una madre al despertar su hijo muerto de sofocación por ella misma.

La luz de la habitación debe ser, tanto de día como de noche, la suficiente para ver con claridad, evitando siempre la demasiada iluminiminación, molesta para la madre y para el niño, impidiendo á éste abrir sus ojitos cómodamente, produciendo en los más instabilidad nerviosa, observándose muchas

veces que su llanto se calma cuando se disminuye la luz.

En la iluminación artificial trataremos de adoptar todos aquellos medios que no den mal olor ó contribuyan á viciar el aire de la habitación.

La luz del gas ó la luz eléctrica cubierta por una pantalla de color verde claro, la vela de estearina ó la lámpara de aceite que no de humo son las más aceptables.

La aereación conviene siempre, teniendo cuidado que al renovar el aire de la habitación no baje la temperatura, tratando siempre, hasta donde sea posible, de mantenerla entre 18° y 20° sobre cero.

Conviene también reducir en cuanto sea posible el número de personas que permanezcan mucho tiempo en la habitación, limitando el número de visitas, no sólo porque vician el aire con la respiración, sino también porque siendo el silencio un imposible, concluyen por marear á la enferma con su conversación,

agregándose invariablemente alguna historia horripilante de oportunidad, sobre tal ó cual parienta ó amiga que murió de sobre parto, ó que precisó una operación terrible, ó que nació el niño muerto, etc., lo que contribuye sobremanera á excitar los nervios de la enferma, que necesita toda la tranquilidad de espíritu posible, poniéndola en peligro de dar de mamar al niño en un estado de intranquilidad en que la lactancia es sumamente perjudicial y hasta peligrosa, habiendo observado en muchos casos el desarrollo de fiebre alta debida á la impresión moral producida por algún cuento inoportuno que se relaciona con el estado actual de la enferma.

Luego, pues, pocas visitas, muy cortas y lo más discretas posible, será siempre una de las mejores indicaciones para la que ha tenido un niño, tiene muchas parientas y amigas que desean verla.

III

Caída del cordón — Cuidados consecutivos — Lactancia — Indicaciones especiales

Hemos tomado bajo nuestra observación y cuidado un niño que ha nacido sano, robusto, bien conformado, y en el que sus funciones y manifestaciones de la vida han ido haciéndose en el orden y de la manera más fisiológica.

Al indicar á sus padres las reglas y método conveniente para su cuidado y crianza, vamos á hacerlo de modo que se haga extensivo á todas las madres y á todos los niños, cualquiera que sea su condición, rango social ó medios de fortuna.

Lleva el niño de R. cinco días de nacido; el cordón umbilical ha caído recién, dejando una pequeña ulceración que supura muy poco, y

las curaciones del ombligo se seguirán haciendo con el mismo cuidado antiséptico que antes, usando la vaselina con ácido bórico, colocando encima una pieza de gasa fenicada más pequeña que la anterior, y una planchuela de algodón un poco más gruesa que antes, sobre la que se pasará la venda que sostiene la curación un poquito más apretada, con el objeto de evitar que los esfuerzos que hace el niño para llorar puedan deformar el ombligo y llegar hasta producir hernias.

La piel empieza á tomar una coloración blanca rosada, debido á la desaparición gradual del color rojo oscuro que toma después del nacimiento.

Sus ojitos se abren un poco más, pero no fija su mirada, que todavía es indiferente, dirigiéndose apenas á donde hay luz viva.

El cabello, que era ya abundante al nacimiento, toma más brillo, y la cabecita se mantiene con esmerada limpieza, evitando así que se formen en la piel del cráneo esas costras espesas ama-

rillentas, debidas á la abundante secreción de las glándulas sebáceas del cuero cabelludo y desprendimiento de células epidérmicas, las que fácilmente evita el esmerado aseo.

El sueño es tranquilo, y si á veces se observan en los niños durante el sueño algunos movimientos con los labios, simulando que maman, ó aparente sonrisa, no debe alarmarse la madre, pues ésto es muy común y algunos autores creen que los niños, aunque pequeñitos, también sueñan.

Las funciones de digestión, hasta el momento completamente normales, se han manifestado por dos ó tres deposiciones diarias á lo más, en las que ha ido desapareciendo el color oscuro del meconio para tomar el color que llamaremos natural, amarillo oro ó yema de huevo, algo espesas y sin grumos blancos de cáseo, lo que revela que la digestión de la leche se hace bien.

Vómitos no se han presentado, y si ha devuelto algún poco de leche después de mamar,

en la misma forma que la tomó, sólo es debido á que el niño mamó con exceso con relación á la poca capacidad que tiene todavía su estómago.

Hemos tratado de cerciorarnos desde el primer momento si no existía defecto ó enfermedad alguna en los pechos de la madre y si el niño lo tomaba bien ó hacía bien la succión, recomendándole desde el primer día darle de mamar cada dos horas en cuanto sea posible, alargando estos intervalos durante la noche.

En muchos casos la leche de la madre es bastante rica en sustancias grasas y albuminoideas (caseina y manteca), y el niño por su parte mama mucho, viéndosele devolver muchas veces parte de la leche que ha mamado, y algunas veces un poco cortada y en grumos, y también presentarse estos grumos blancos en el pañal, mezclados con la deposición, lo que indica que la digestión no se hace bien.

En estos casos es conveniente alargar un poco más los intervalos para darle de mamar,

para facilitar la digestión y evitar así una enfermedad.

Seguramente no en todas las que tienen el primer hijo se presentan las cosas de una manera tan satisfactoria, sobre todo sin inconvenientes por parte de la madre, debidos en las más á molestias y enfermedades de los pechos, como ser: hundimiento ó deformación del pezón, grietas é inflamaciones del mismo, flegmones y tumores del pecho, etc., que hacen sufrir á la madre y al niño.

Debemos aquí hacer justicia una vez más á la previsión y competencia de la partera madame V.

Hacia el séptimo mes del embarazo (gestación), R. llamó á la partera que eligió para la asistencia de su esposa, y le pidió la examinara y le hiciera todas las indicaciones necesarias que debía seguir durante el tiempo que le faltaba de embarazo, y le pidió también no dejara de verla, si era posible, cada ocho días, para cerciorarse del cumplimiento de sus

indicaciones, procurando así que estuviera todo previsto en el momento del parto.

A la señora R. le fué recomendado ejercicio moderado á pie ó en coche, por buenos caminos, alimentación sana y metódica, todo el aseo personal posible, evitar todo género de disgustos é impresiones morales, la mayor tranquilidad de espíritu posible, y prestar sobre todo preferente atención á los cuidados relativos á la formación conveniente del pezón y su esmerada limpieza.

Le ha sido indicado el uso de un corsé especial que sostenga pero que no comprima el pecho, y sobre todo el pezón, que debe quedar lo más libre posible para evitar que se deprima ó llegue hasta desaparecer, hundiéndose con la compresión que produce el corsé y los vestidos, originando graves dificultades para la lactancia.

Si no todas las que van á ser madres pueden hacerse un corsé especial, por lo menos deben tener presente la indicación que antecede.

Durante los dos meses que faltan para el parto, indicó la partera á su cliente, repetidas veces durante el día, tirar suavemente el pezón para alargarlo y formarlo poco á poco, y hacerle suaves fricciones con alcohol, cognac ó vino aromático, para fortificar un poco los tejidos, y sobre todo en las que, como en este caso, empiezan á dar los pechos un poco de calostro en el último tiempo del embarazo, es necesario lavar el pezón y areola varias veces con agua tibia, secándole bien en seguida.

Las grietas del pezón son sumamente dolorosas, ocasionando tanto sufrimiento en algunos casos, que hasta se hace necesario suspender la lactancia, agregándose á ésto que los flegmones de los pechos que generalmente terminan por supuración, tienen en la mayor parte de los casos origen en las grietas del pezón.

Perjudican seriamente al niño porque el dolor que ocasiona en el pezón grietado al mamar, le obliga á retirarle el pecho á cada momento, lo que le agita y pone irascible, siendo

motivo de una mala digestión, agregándose á ésto el que las grietas irritadas con la succión dan sangre muchas veces, habiéndose visto niños que después de mamar han tenido vómitos, devolviendo en seguida la leche mezclada con sangre, llegando en algunos casos á tener en peligro la vida á causa de fuertes indigestiones.

Cuando se ha tenido cuidado, sobre todo en las primerizas, de preparar el pezón durante los últimos meses del embarazo, se evitan estos inconvenientes, teniendo en cuenta que la pequeñez ó mala formación del pezón obliga al niño á hacer mayor trabajo al tomar el pecho, estar prendido á él mucho tiempo y humedecer demasiado la piel del pezón, siempre delicada, produciendo la maceración de las células que forman la epidermis, dando lugar á la formación de las grietas, agregándose á ésto la acción acre, ácida y corrosiva de la saliva del niño cuando rabia y se pone nervioso á causa de no poder tomar el pezón con los labios.

Contribuye también á la formación de las grietas la falta de aseo, formándose continuamente sobre el pezón una capa compuesta por la leche, materia sebácea propia de la piel y la saliva del niño que, acidificándose, produce irritaciones, dando lugar á la formación de pequeñas ulceraciones, de las que se formarán las grietas más ó menos profundas y dolorosas.

Todas estas molestias, tan comunes en las que tienen el primer hijo, deben tratar de evitarlas, observando las prescripciones higiénicas establecidas al respecto.

El pezón debe ser objeto de prolijo cuidado, para formarlo convenientemente antes del nacimiento del niño, con suaves tracciones, estirándolo poco á poco hasta darle la forma y tamaño convenientes, ya sea con los dedos, ya haciéndole succiones no muy fuertes, evitar la compresión producida por los vestidos y el corsé, haciéndose fricciones alcohólicas, facilitando á veces la acción del aire exterior,

que también contribuye á fortificar la piel, y mantener el pecho y el pezón lo más limpio posible.

Cuando desgraciadamente las primeras erosiones empiezan á manifestarse, conviene cada vez que ha mamado el niño, lavarse el pezón con agua tibia, con ácido bórico, secándole bien y poniéndole un poquito de glicerina.

El flegmón del pecho, formado ya sea por enfriamiento, lo que vulgarmente llaman pasmo, ó á consecuencia de las grietas, demanda siempre la inspección del médico para que indique el tratamiento apropiado y la oportunidad de abrirle cuando la supuración se ha formado, suspendiéndose la lactancia con ese pecho desde que empieza á formarse, porque se han visto casos en los que, aunque la supuración no se notaba todavía al exterior, examinada la leche al microscopio, se encontraron ya glóbulos de pus en abundancia.

Puede en estos casos continuarse la lactancia con el pecho sano.

El régimen de alimentación de las que crían debe ser sano, metódico, de modo que sus digestiones sean fáciles, mezclando siempre carne y verduras, vino poco y bueno, y cerveza blanca ó negra, sobre todo en el verano, ejercicio moderado ya sea en los quehaceres domésticos ó en paseos al aire libre con buen tiempo.

El aseo personal debe ser esmerado, sobre todo en los pechos, siendo conveniente los baños de cuerpo entero cortos y de temperatura agradable.

Conviene siempre que las madres tengan presente que en aquellas que la secreción de la leche no sea abundante al principio, cuanto más mama el niño más aumenta ésta en calidad y gordura, teniendo en cuenta que la lactancia debe ser lo más metódica posible desde que nace el niño.

Cuando la leche permanece mucho tiempo detenida en el pecho, se hace cada vez más débil ó disminuye en cantidad.

Poco resultado ó ninguno han dado los medios usados para aumentar la cantidad de la leche, y el mejor de todos en aquellas en que la secreción es débil al principio es á parte de un régimen de alimentación conveniente, poner continua y metódicamente el niño al pecho, y si éste fuera débil al nacimiento y tuviera poca fuerza para mamar, tratar de conseguir otra madre que tenga un niño de más edad, dar de mamar á éste haciéndole dar al suyo con la que tiene más leche, recurriendo sólo en casos extremos, y cuando la leche tarda en presentarse, á la leche de vaca, disolviendo para el recién nacido una cucharadita de leche en cuatro de agua templada que haya sido hervida antes y ligeramente azucarada, aumentando gradualmente las proporciones de leche á medida que el niño va haciendo bien su digestión y poniéndolo siempre al pecho como ha sido indicado.

IV

Nutrición y desarrollo del recién nacido — Régimen de alimentación y demás prescripciones higiénicas — Peligros de no observarlas.

Pasado ya el quinto día del nacimiento, ha podido observarse en el niño á nuestro cuidado, sobre todo dos accidentes que llamaremos fisiológicos, puesto que siempre se producen en los niños sanos, bien constituídos, y creados por la madre sana también y con buena y abundante leche.

1º La caída del cordón, que debido á los cuidados de aseo y antisepsia, no ha sido sentida por el niño, y que ha sido siempre origen de graves enfermedades, como el tétano infantil, ulceraciones, flegmones, hemorragias, etc., que han producido tantas víctimas.

2º El aumento de peso en el niño, que es considerable, puesto que nacido pesó 3400 gramos, perdió en los tres primeros días, término medio, 200 gramos, y ya ha recuperado esta pérdida de peso, con más cerca de 100 gramos de aumento, revelándonos ésto, que siendo su alimentación la más natural y apropiada al recién nacido, observando el método más regular posible en la lactancia y no habiendo inconveniente alguno que la dificulte por parte de la madre ó el niño, la digestión se hace bien, la asimilación lo mismo; por consiguiente, nutriéndose bien, se explica el aumento de peso, y si sus funciones orgánicas son regulares, su sueño es largo y tranquilo, llora poco, y de la manera como abre sus ojitos cuando está despierto, fijándolos sobre todo en la luz, que es lo que más llama su atención; todo ésto nos revela su estado satisfactorio.

Esto se refleja en la madre, que habiendo escapado á los peligros que amenazan su estado después del parto, con una buena higiene

y desinfección, se siente sana y contenta, lo que hace que con tranquilidad y con gusto le dé su pecho, influyendo mucho este estado para que la leche sea buena y abundante.

Si todas las que son madres fueran objeto de tan minuciosos cuidados y observaran atentamente todas las indicaciones que vamos anotando, cuántos sufrimientos se evitarían, y cuántas no pasarían por el inmenso dolor de ver morir á su hijito querido.

Ya sea por ignorancia de ellas, ó por culpabilidad de los médicos ó parteras, que están obligados á conocer todas las prescripciones higiénicas tendentes á evitar enfermedades en la madre y el niño, no siendo disculpable el menor descuido en este sentido cuando con tan poco sacrificio y tan fácilmente se llenan las indicaciones necesarias en cada caso.

Sinceramente desearíamos que todas las madres fueran tan felices como la señora de R., pero desgraciadamente, por su estado de debilidad, por enfermedades que llamaremos

constitucionales ó diatésicas, que se heredan como la tisis, la escrófula, etc., ó por defectos de conformación del pecho ó enfermedades del mismo, se ven desgraciadamente obligadas á confiar la crianza de sus niños á otras manos, de las que están muy lejos de recibir las tiernas y amorosas caricias de la madre y el esmerado y solícito cuidado de que sólo ellas son capaces.

Vamos gradualmente teniendo presente las indicaciones que debemos seguir en la crianza del niño desde el nacimiento hasta la época que empiezan á aparecer los dientes, tomando como tipo el niño de R., cuyo cuidado dirigimos, estudiándolas tan comprensible y brevemente como sea posible para que su lectura no sea fatigosa.

Desde que nace el niño, en los casos normales, cuando éste es sano y la madre tiene leche pronto, debe hacer lo posible por acostumbrarlo á mamar con la mayor regularidad, estableciendo por lo menos un intervalo de

cada dos horas para darle el pecho durante el día, alargando estos intervalos durante la noche.

El recién nacido, una vez que ha mamado á su satisfacción, se queda dormido, y entonces, puesto en su cuna, cuando su digestión se hace bien, se despierta sólo, encargándose con su llanto de pedir nuevamente el alimento que necesita.

Si llega el caso en que el sueño se prolongue demasiado, y pasara de tres horas, está indicado entonces despertarle para volverlo á poner al pecho.

Por muchas causas no todos los niños se duermen ó se quedan tranquilos las dos horas que deben pasar para volver á mamar, conviniendo entonces calmarle con un poquito de agua templada, con azúcar, tratando de ganar todo el tiempo posible para que se haga bien la digestión de la leche que mamó anteriormente, evitando de ese modo una indigestión, que trae por lo general el desarrollo de enfer-

medades del estómago é intestinos, tan perjudiciales y tan peligrosos.

Bástenos saber que la mayor parte de los niños que mueren durante el primer año, se pierden en el primer mes de la vida la mayor parte, un poco menos en el segundo mes, disminuyendo la proporción de mortalidad á medida que llegan á un año, y la mayor parte mueren por enfermedades del estómago é intestinos, á consecuencia de la falta de régimen en la alimentación.

Aunque la digestión se haga más ó menos regularmente, conviene dar el pecho, como hemos establecido, cada dos horas durante el día, y con más intervalo durante la noche, vigilando siempre el pañal, que nos hará conocer la menor alteración en la digestión.

A veces sucede que el niño ha mamado demasiado y devuelve parte de la leche sin cortarse y sin olor ácido, lo que, si se presenta muy seguido, conviene evitar dándole un poquito menos; otras veces devuelta la leche, en forma

de vómitos, cortada en pedazos pequeños, que pueden llegar después, si ésto se repite, á pedazos grandes de cáseo, y muchas veces con un olor ácido desagradable, lo que revela que la digestión en el estómago se hace mal, siendo entonces la principal indicación alargar los intervalos con que el niño debe tomar el pecho, dando lugar á que la digestión en el estómago se haga bien antes de volverle á dar de mamar.

Basta ésto á veces para que los vómitos terminen y vuelvan las cosas á su estado normal, mejorándose también el carácter del niño que ha empezado á hacerse llorón, inquieto, y durmiendo poco y mal.

Cuando desgraciadamente el mal es mayor y no se ha limitado á una simple indigestión en el estómago, continúa ésta en el intestino, presentándose en el pañal los pedacitos de leche cortada, ó cáseo, mezclados con la deposición, que hasta este momento es natural, de color amarillo, espesa, aumentando poco

á poco la cantidad de cáseo, haciéndose cada vez menos espesa, llegando hasta hacerse líquida, y entonces ya ha empezado á tomar un color verde que se acentúa cada vez más.

El estado general del niño, que no es indiferente á este desorden de la digestión, se altera, y su carácter se pone irascible, llora á veces con desesperación, da de cuando en cuando gritos agudos, encoge las piernitas todo lo que puede para conseguir instintivamente la relajación de los músculos abdominales y disminuir el dolor intestinal, retuerce su cuerpecito, echa los brazos atrás y los agita lo mismo que su cabeza, y todo ésto revela los fuertes dolores de vientre que le produce la irritación intestinal originada por la indigestión y debido, en gran parte, á los pedazos de leche cortada que, obrando en el intestino como cuerpo extraño, producen su inflamación, dando lugar á complicaciones nerviosas, como tirones violentos de los músculos de la cara, de las manos, los pies, etc., llegando hasta las

convulsiones, y por último á ataques á la cabeza (meningitis, etc.), que concluyen fatalmente con la vida del niño.

No es nuestro objeto estudiar en esta obrita las enfermedades del aparato digestivo, ya pasadas en revista con tanto acierto en su notable trabajo titulado "El pañal", por el doctor Benjamín Martínez, pero hemos creído conveniente hacer pasar ante los ojos de las madres el proceso patológico de la indigestión con todas sus consecuencias, para que puedan darse fácilmente cuenta de la razón que hay en aconsejarles el régimen más severo en la crianza de sus hijos, pues siendo ellas las llamadas á llenar tan sagrada misión, es necesario que conozcan y se convenzan que los cuidados necesarios tan indispensables para la salud del niño, les evita el desagrado de ver presentarse en ellos los fenómenos patológicos que acabamos de hacerles conocer, llegando al terrible dolor de verles morir sin darse cuenta muchas madres que ellas mismas han quitado

la vida á su hijo por ignorancia ó falta de cuidado.

Ahora nos falta saber cómo debemos conjurar el mal y de qué medios nos valdremos para conseguirlo.

Hemos establecido ya que en el primer momento cuando el niño vomita varias veces seguidas la leche como la tomó, ó que vienen en el vómito algunos pedacitos de leche cortada, lo conveniente es darle de mamar menos y alargar los intervalos.

Un poquito de agua templada con azúcar y algunas gotas de agua de azahar, una cataplasma de lino después de una fricción con aceite caliente sobre el estómago y el vientre, son convenientes para disminuir y calmar los dolores que empiezan á manifestarse en el estómago é intestinos.

Si á pesar de ésto, siguiera el niño molesto, con dolores de vientre y que empiezan á presentarse en el pañal pedacitos de leche cortada, conviene entonces darle una cucharada

de aceite de castor mezclada con jarabe de ruibarbo en partes iguales, con el objeto de limpiar el tubo digestivo completamente, arrastrando el purgante la leche cortada y las mucosidades que la irritación ha empezado á formar en el intestino, bastando muchas veces ésto para hacer desaparecer todo el mal.

He aconsejado siempre el aceite de ricino (castor), con el jarabe de ruibarbo como purgante para limpiar el intestino, uniendo á la acción del aceite la del ruibarbo que contribuye también, aunque débilmente en esta dosis, á atraer mayor cantidad de bilis al intestino, ayudando un poquito la digestión de la leche.

He indicado siempre dar el purgante durante la noche, á las dos horas, poco más ó menos, después de la última vez que el niño tomó el pecho, aprovechando, si se consigue el sueño, el tiempo mucho mayor que tarde en volver á tomar el alimento para que haga efecto el purgante.

En los que se presenta un poquito de fiebre, he aconsejado siempre por la noche y antes de darle el purgante, un baño templado de tres á cinco minutos, ó más, según la edad, con el objeto de calmar la fiebre y la agitación nerviosa, produciéndose un sueño tranquilo.

Cuando estos medios no fueran suficientes para mejorar completamente al niño, debe recurrirse al médico en el momento, teniendo siempre presente que vale más pecar por exagerados en el temor de las enfermedades de los niños, que por descuidados.

Durante los tres primeros meses de la vida, aparte de los cuidados en el aseo y los vestidos, cuyo abrigo debe depender de la estación, continuaremos dándole de mamar cada dos horas, alargando á tres horas este intervalo después de los tres meses, sobre todo en los niños robustos y que maman mucho.

A medida que el niño crece y se desarrolla necesita más cantidad de alimento para su subsistencia y crecimiento, tomando por con-

siguiente más cantidad de leche cada vez que mama, y demandando mayor tiempo de digestión, lo que justifica la razón de alargar los intervalos para darle de mamar.

Todos los fenómenos producidos por la falta de digestión en los primeros tres meses, se producen también en adelante á pesar de hacerse el niño más fuerte y más resistente.

A medida que crece y avanza en edad, es necesario tener con él todos los cuidados antes indicados, si queremos tener la felicidad de verle sano, contento, cada vez más alegre, encantándonos con sus sonrisas, y siendo objeto de cariño y adoración, atrayendo, desde el sentimiento sublime y sin igual de la madre, hasta la caricia bondadosa y juguetona del último sirviente de la casa.

Desde los tres meses hasta el primer año, por lo menos, no debemos usar, siempre que sea posible, otro alimento para el niño que el pecho, con algunas modificaciones en el regimen y cuidados especiales, sobre todo en la

época de la dentición, como veremos más adelante, no suspendiendo nunca los baños sino por indicación especial, y en cuanto á los vestidos, deben ir gradualmente aumentando lo que convenga, con arreglo á la estación, como la enagüita de abrigo con corpiño, el vestido de lana, de hilo ó de algodón, que se va haciendo más corto á medida que el niño crece, las medias de lana, seda ó hilo, con los zapatitos ó botitas que suceden á los escarpines de lana de los primeros meses, y el babero, gorrita de abrigo, etc.

Nos falta aún ocuparnos del momento de sacar el niño de la habitación en que ha nacido, y acostumbrarlo al aire libre gradualmente, para lo que establecemos, cuando menos, como término medio, después del primer mes, para los niños robustos y sanos, aumentando este tiempo en los que son débiles, y prolongándolo en la estación de invierno, prefiriendo siempre los días lindos, secos, con buen tiempo, y llegada la época de llevar los niños á paseo,

evitar siempre los parajes húmedos, malsanos, ó donde hay mucho viento.

Conviene evitar siempre en el paseo de los niños que las nodrizas ó niñeras se reunan con otras que también cargan niños, evitando así las enfermedades contagiosas que tan fácilmente se adquieren por esta causa.

V

Causas que imposibilitan la lactancia materna — Nodrizas -- Alimentación mixta

Son variadas las causas que privan á la madre de criar su hijo, viéndose desgraciadamente obligada á renunciar al cumplimiento de tan sagrado deber, privando al niño de los tiernos y solícitos cuidados de que sólo es capaz una madre.

En primera línea debemos colocar la mala conformación del pecho, que siendo pequeño, mal desarrollados los conductos galactóforos, es impropia é insuficiente la secreción de la leche.

Vienen en seguida las enfermedades de la madre, accidentales ó hereditarias, perteneciendo á las primeras las enfermedades epidé-

micas ó infecto-contagiosas, ó las enfermedades que complican la gestación ó el parto.

El estado de debilitamiento consecutivo á las hemorragias, operaciones serias, fiebre puerperal.

Las enfermedades hereditarias como la tisis, escrófula.

Otras causas dependen de enfermedades del pecho, como las grietas profundas y que dan sangre, flegmones, tumores, etc.

En todos aquellos casos en que la causa que ha motivado la suspensión ó prohibición de la lactancia hayan desaparecido, como la debilidad, enfermedades del pezón, etc., debe la madre volver á crear su hijo, siendo necesario, con paciencia, ponerle repetidas veces al pecho, hasta que se establezca la secreción de la leche, como ha sucedido en muchos casos, volviendo ésta á presentarse aun después de varios meses de suspendida la lactancia.

Cuando se hace imposible la lactancia materna, que es el mejor medio de crear el niño,

viene la elección de la nodriza, que no está libre de peligros, y debe ser cuidadosamente elegida, exigiendo siempre un examen médico que haga constar por medio de un certificado el estado de ésta y la calidad y abundancia de la leche, su examen microscópico siempre que sea posible, el que debe indicar, para que la leche sea considerada buena, que existen glóbulos grasos de tamaño mediano en abundancia, y un tres por ciento de materia grasa, término medio.

No nos ocuparemos de hacer consideraciones respecto á la posición y esfera social de la nodriza, porque ya ha sido ventajosamente tratado este punto en el capítulo "Amas", en el interesante estudio médico-social sobre los niños, del doctor Manuel T. Podestá.

Aparte del buen estado de salud, ausencia completa de signos que revelen la existencia de alguna enfermedad trasmisible al niño, debe llamar la atención la forma del pecho, que aunque no sea muy voluminoso, la conforma-

ción del pezón, el que debe ser bastante saliente para que el niño pueda tomarle con facilidad, que al tratar de hacer salir la leche aparezca ésta en el pezón por cinco ó seis conductos, y que la piel del pecho esté surcada por bastantes venas, siendo bien perceptible su color azulado.

El género de vida que ha llevado la nodriza, lo mismo que su carácter y sus cualidades morales, todo debe averiguarse escrupulosamente hasta donde sea posible antes de confiarle la crianza de un hijo.

Todos los cuidados en cuanto al aseo de su persona, alimentación, bebidas, ejercicio, tranquilidad de espíritu, etc., que recomendamos para la madre son exactamente aplicables á la nodriza, repitiendo una vez más lo necesario que es el cuidadoso aseo del pecho, y tener presente de limpiar bien el pezón cada vez que el niño ha mamado.

Conviene siempre que la nodriza viva en casa del niño, siendo así más vigilada por los

padres en el cumplimiento de sus deberes, y facilitando al mismo tiempo la alimentación conveniente para conservar la pureza y abundancia de la leche.

Los períodos para dar de mamar al niño, de dos horas durante los tres primeros meses, y desde esta edad en adelante cada tres horas deben ser tan precisos como sea posible, tratando, como hemos indicado antes, cuando llora demasiado, entretenerle con un poco de agua azucarada, agua de arroz cocida, ó de cebada, para ganar el tiempo necesario para que se haga la digestión de la leche que tomó antes de volver á mamar.

Las causas de indigestión son siempre las mismas que antes hemos estudiado, y los síntomas, con pocas variantes, son también los mismos.

Insistimos siempre en la necesidad de alargar los intervalos y dar menos leche al niño cuando la digestión se hace difícil, recurriendo al purgante de aceite de ricino con jarabe de

ruibarbo desde el momento en que empieza á aparecer en la deposición pedazos de cáseo, siendo también conveniente cuando hay un poquito de fiebre darle el baño templado, que ya se puede prolongar hasta ocho ó diez minutos antes de darle el purgante y ponerle á dormir.

A medida que el niño avanza en edad van modificándose las piezas de vestir, siempre de acuerdo con la temperatura de la estación, y pudiendo prolongarse cada vez más sus paseos al aire libre.

Sucede en algunos casos que los niños son secos de vientre y sus deposiciones se hacen sólo una vez por día, y otras pasan más de veinticuatro horas sin moverse el vientre, debiendo en estos casos ponerles una lavativa con una bombita pequeña que contenga á lo más unas dos onzas de agua apenas quitado el frío, bastando esto para que el vientre se mueva fácilmente.

Pasan por lo general los primeros seis meses de la vida sin el menor accidente en los

niños sanos, criados al pecho por la madre ó por la nodriza, empezando de los seis á los siete meses á aparecer los primeros dientes, siendo excepcionales los casos en que se presentan antes, observándose más fácilmente algún retardo, sobre todo en los niños débiles ó que han padecido enfermedades largas, especialmente las del aparato digestivo.

Junto con la inflamación de la encía para dar salida á los primeros dientes, empieza para el niño un período de peligros, contribuyendo á esto muchísimos factores, siendo de éstos el principal la lactancia artificial, que con tanta facilidad desarrolla enfermedades del aparato digestivo, sumamente peligrosas en la época de la dentición, por la facilidad con que se presentan las convulsiones, que á veces duran tanto como la dentición, siendo aún más temibles las complicaciones cerebrales, de consecuencias tan fatales en la mayoría de los casos.

Del estudio de una memoria sobre la dentición, premiada por la Academia de Medicina

de París, presentada por el doctor Sejournet el año de 1885, con interesantes datos estadísticos, se desprende que la mayoría de los casos en que la primera dentición ha hecho toda su evolución sin el menor accidente, ha sido en niños criados con el pecho y con el método y cuidados higiénicos necesarios.

Desde que empiezan á aparecer los primeros dientes se encuentra el niño más nervioso, y por consiguiente más excitable é irascible llora con más frecuencia por el dolor de la encía y aparece la fiebre, á veces bastante alta, sobre todo por la noche, lo que produce insomnio y momentos de desasosiego que repercuten en la madre ó la nodriza, impidiéndoles el descanso y el sueño.

He aconsejado siempre, desde que empieza el trabajo de la dentición, dar al niño un baño templado de diez á quince ó veinte minutos por la noche, según la intensidad de la fiebre, con el objeto de disminuir la temperatura y

calmar la excitación nerviosa, procurando así un sueño tranquilo y reparador.

El purgante que he indicado antes, dado á la misma hora del baño, desde el momento que se notan síntomas de indigestión, tendrá por objeto limpiar el tubo digestivo, quedando así dispuesto para una regular digestión.

Es completamente indispensable aumentar los cuidados en el aseo y régimen de alimentación en esta época tan peligrosa de la vida del niño, debiendo siempre, al menor síntoma alarmante, que nadie interpreta mejor que la madre, recurrir al médico á fin de evitar cualquier complicación que tenga un resultado grave ó funesto.

El uso de aros de marfil ú otros objetos para que el niño aprete entre las encías, no alivian en nada las molestias de la dentición, siendo más aceptables las fricciones con jarabes y preparaciones especiales, con el objeto de calmar el dolor, usándolas con todas las precauciones posibles.

Desde los siete meses, por término medio, en que empiezan á aparecer los dos primeros dientes incisivos medios inferiores, hasta los dos años y medio en que han salido las últimas muelas, pasa el infante por un verdadero via-crucis lleno de peligros, calmándose la manifestación en los más de los casos, una vez que cada diente, muela ó colmillo ha roto la encía, dando al niño una pequeña tregua á sus dolencias, para empezar de nuevo á medida que se van presentando dientes, colmillos y muelas por su orden normal, bien establecido en la forma esquemática que tomamos de la obra de Bagiuski, de enfermedades de niños, cuyo orden numérico hace más comprensible la manera cómo va haciéndose la dentición.

19	11	13	5	3	4	6	14	9	17
20	12	15	7	1	2	8	16	10	18

En este orden van saliendo los dos incisivos medios inferiores, los dos incisivos medios

superiores, los dos incisivos laterales superiores, los dos incisivos laterales inferiores, dos primeros molares del lado derecho, dos primeros molares del lado izquierdo, dos caninos superiores, dos caninos inferiores, dos últimos molares derechos y dos últimos molares izquierdos.

Es necesario no olvidar que durante este tiempo está el niño expuesto á cada momento á contraer enfermedades siempre peligrosas para la vida y á cuyo desarrollo contribuyen muchas causas que dependen, unas de la herencia, como las enfermedades de la piel, herpes, eczemas, liquen, etc., que acompañan durante toda la dentición á los hijos de padres herpéticos, agravándose en algunos casos estas manifestaciones diatésicas á la salida de cada diente, colmillo ó muela, sufriendo una remisión cada vez que éste ha salido fuera de la encía, sobre todo cuando desde las primeras manifestaciones ha sido el niño puesto al cuidado del médico.

Lo mismo sucede con los hijos de padres epilépticos, nerviosos, alcoholistas, etc., en los que la salida de cada diente es acompañado de convulsiones, durando en muchos de éstos hasta el fin de la dentición cuando las complicaciones cerebrales no les han arrebatado la vida, siendo en éstos en los que el cuidado y régimen de alimentación debe ser más metódico para evitar las complicaciones nerviosas que traen en ellos las indigestiones é inflamaciones intestinales que tan fácilmente terminan por una *meningitis*.

El régimen que hemos establecido para la alimentación tiene por razón principal evitar estos peligros facilitando en consecuencia una buena y provechosa alimentación, buen estado de salud y conveniente desarrollo, que se revela por la alegría del niño y sus gracias que hacen la delicia de sus padres, agregándose á esto la dentición sin el menor contraste que es cuánto podemos desear de feliz en su crecimiento.

Hemos indicado el purgante de aceite de ricino con jarabe de ruibarbo para la indigestión y el baño templado para fiebre, debiendo en los casos de convulsiones alargar el baño hasta media hora si fuera necesario, mojando la cabeza con agua fría y procurando que el niño tome el purgante que en estos casos podía aumentarse hasta una cucharada de mesa, debiendo siempre recurrir al médico en estos casos para evitar complicaciones graves ó fatales. Siempre que la madre tenga leche sana y en abundancia, y su estado de salud se lo permita, no debe dar á su hijo otro alimento que el pecho hasta los doce ó quince meses, haciéndose más peligrosa la dentición cuanto más se aparten de esta indicación.

VI

Epoca de destetar al niño — Peligro del destete prematuro, lactancia artificial, alimentación mixta

Hemos indicado anteriormente prolongar la lactancia materna hasta los 12 ó 15 meses, dando tiempo á que hayan salido los colmillos, asegurándonos así un estado de salud casi completo en el niño y contribuyendo á conjurar todos los peligros de la dentición, lo que con satisfacción hemos observado en muchos casos y ha sido demostrado por los estudios y datos estadísticos sobre la dentición.

Cuando no ha habido inconveniente alguno que entorpezca ó dificulte la lactancia hasta la edad indicada, empezará desde entonces con todas las precauciones posibles ó muy gradualmente al cambio de alimentación, tratando de adaptar las sustancias alimenticias que

iremos usando, á la evolución fisiológica de la actividad digestiva en el niño, la que va haciéndose cada vez mayor con el desarrollo y vigorización de los órganos que constituyen el aparato digestivo, preparándose para la elaboración de alimentos más sustanciosos y que provean mayor cantidad de materiales asimilables destinados á satisfacer las necesidades del crecimiento y alimentación.

Basta tener en cuenta las consideraciones que anteceden para convencernos del peligro que entraña el destete prematuro, siendo tanto más peligroso cuanto menos edad tiene el niño, por lo que se obliga á su aparato digestivo á hacer un trabajo de digestión, para el cual no se encuentra todavía preparado, dando lugar irremediablemente á las indigestiones, inflamaciones intestinales, etc., las que casi siempre desaparecen, cuando no se han hecho muy graves, con volver el niño á la lactancia natural, recurriendo á una nodriza cuando la madre no ha podido criarlo.

Pero no es por lo general en las clases acomodadas y las que sus medios de fortuna les permite costear el ama para su niño, en las que se nota más los estragos de la alteración del orden natural en la alimentación y crianza de sus hijos.

Son las madres pobres, son aquéllas á las que la lucha por la existencia las obliga unas veces y las imposibilita otras de llenar su noble misión, regando á menudo con sus lágrimas y pagando con la vida de sus tiernos hijitos el pan que con el rudo trabajo traen al hogar para alimentar á los que sobrevivieron á los peligros de la alimentación mixta y de la lactancia artificial. Para estos, que sin más pecado que el haber nacido pobres, es más pesado el tributo de vidas con que contribuyen á aumentar las estadísticas de mortalidad en el primer año de la existencia.

¡Cuántos beneficios reportan las salas-cunas! los asilos maternales! cuánto es de sentirse que los que existen entre nosotros

sean tan limitados con relación á la población y extensión de nuestra Capital!

Es para el hijo de madre pobre que no puede costearle una nodriza cuando se ve imposibilitada para criarlo con su pecho ó cuando las exigencias de su trabajo, profesión ú oficio la obligan á abandonarlo por largas horas que están reservados los peligros de la alimentación inconveniente, agregándose los de una habitación malsana, con poca luz, poca ventilación, donde no entra jamás el sol y donde las más de las veces se ven montones de ropas sucias, aglomeración de personas, y como si todo esto fuera poco, un brasero de carbón donde se hace la comida para la familia, confiada al cuidado de alguna abuela ó de una hermanita ó hermanito de poca edad, la misma que cuida el niño ó le prepara el alimento mientras los padres vuelven del trabajo.

La leche comprada en algún tambo de malas condiciones higiénicas por el poco aseo de los animales ó establo, ó la comprada al leche-

ro diariamente, conservada en tarros de limpieza poco esmerada, con toda la cantidad de gérmenes y bacterios posibles, es dada al niño en un frasco de aseo dudoso con una teta de goma, ó bien es una taza con sopas de miga de pan, llenándosele bien la boca á empujones con la cuchara.

Esto constituye la alimentación del niño en este gremio social, sin contar algún pedazo de pan ó de carne para que se entretenga y no llore.

Imaginémonos por un momento lo que serán esas digestiones y agreguemos á esto en esa habitación á la estación de los calores la inmensa cantidad de gérmenes perniciosos que van en la leche y no abrigaremos la menor duda que de aquí es de donde sale la mayor cifra de mortalidad.

Recorriendo la escala social según el rango de fortuna de cada familia, veremos que á medida que la cultura ó los medios mejoran, aumentan también los cuidados en la crianza del

niño, tratando de reemplazar hasta donde sea posible la falta de la nodriza con los recursos de que pueda disponerse para proveerle de leche fresca, aparatos esterilizados para conservarla y dársela lo más pura posible, esmerada limpieza en los frascos que sirven de mamadera (biberón), agregándose la harina láctea, fosfatina Falières, etc., que tanto se usan en la alimentación de los niños, sin tener en cuenta que en los más de los casos son perjudiciales, porque siendo casi todas estas preparaciones ricas en féculas (harina) se digieren más difícilmente cuanto más pequeño es el niño, porque la saliva que es la destinada á la digestión de las féculas es débil y poco rica en tialina que es su principio activo, pasando éstas al estómago é intestinos sin digerir produciendo empachos (indigestiones) que originan enfermedades más serias sino se atienden á tiempo.

La alimentación que llamamos mixta, que se compone de la leche del pecho y la mama-

dera, no deja de tener sus peligros por la falta de minuciosidad que requiere la limpieza de la mamadera y la preparación de la leche de vaca, que es la más usada, para hacerla de fácil digestión con arreglo á la edad del niño.

Para aquellos casos en que es imposible la lactancia materna y menos el costear una nodriza, vamos á ocuparnos del método que debemos seguir desde el nacimiento del niño y manera de prepararle el alimento, empezando por estudiar la leche de vaca y manera de conservarla, de modo que podamos colocarnos en las mejores condiciones posibles para criarle procurando librarle de los peligros á que le expone la lactancia artificial.

Después de la leche de mujer, la leche de vaca, de cabra, de yegua ó de burra son las que se usan en la alimentación de los niños, siendo por lo general la leche de vaca la más usada por ser más común y más fácil de conseguir y menor su precio, por lo que vamos á comparar el término medio que dan los análi-

sis químicos entre la leche de mujer, única conveniente para el niño, y la de vaca que es necesario asimilar á la de mujer en cuanto sea posible para facilitar su digestión, sobre todo en los primeros meses de la vida en que los órganos son débiles y en que las secreciones de la saliva, del jugo gástrico, de la bilis y el jugo pancreático cuya acción examinaremos en detalle más adelante no son muy abundantes. Tomando el término medio del análisis químico tenemos:

	Leche de mujer	Leche de vaca
Agua.............	87,09	84,40
Cantidad de sustancias sólidas..........	12,91	15,59
Grasa.............	3,90	3,66
Azúcar de leche....	6,04	4,92
Caseina............	0,63	3,01
Albúmina..........	1,31	0,75
Sustancias albuminoideas............	1,94	3,76
Cenizas.............	0,49	0,70

Las variaciones de los distintos análisis son de poca consideración, resultando de todos que la leche de vaca tiene menos azúcar y más caseina, siendo la manteca variable en cantidad, según la gordura de la leche y arrojando en muchos análisis más cantidad de sustancia grasa en la leche de vaca que en la de mujer, aunque no la dé el análisis que anotamos.

Necesitando entonces asimilar la leche de vaca á la de mujer, debemos tratar de disminuir la cantidad de caseina ó de grasa y aumentar la cantidad de azúcar, agregándole agua hasta equilibrar su composición y una pequeña cantidad de azúcar.

El agua que debe usarse ha de ser previamente hervida y mezclando con la leche la cantidad necesaria, que no sea muy caliente.

Llega á nuestras manos en el momento que escribimos estas líneas, un prospecto de la casa de Silvio Gesell de Buenos Aires, sobre el aparato esterilizador y conservador de la

leche y encuentro en él una escala para la preparación de la leche de vaca, adaptable al niño desde que nace hasta los doce meses, como llegará quizá el mismo prospecto á manos de muchas madres, lo trascribimos para indicarles que las cantidades de leche y agua que establece son aceptables, con la diferencia que desde el primer mes puede darse á los niños mitad de leche y agua.

En el 1er mes hasta el —

	3er	mes,	3	partes de leche y	9	partes de agua.
En el	4o	»	4	»	8	»
»	5°	»	5	»	7	»
»	6°	»	6	»	6	»
»	7'	»	7	»	7	»
»	8o	»	8	»	4	»
»	9o	»	9	»	3	»
»	10o	»	10	»	2	»
»	11o	»	11	»	1	»
»	12o	mes, leche pura.				

Con algunas variantes según la mayor ó menor facilidad con que el niño hace su digestión, es ésta escala la que establece la propor-

ción de agua que hay que agregar á la leche de vaca para disminuir así la cantidad de grasa y caseina, haciendo la leche lo más asimilable posible á la leche de mujer.

La cantidad de leche que debe tomar el niño desde que nace, está en relación con la mayor ó menor actividad digestiva, variando desde 30 á 45 gramos cada vez, cada dos horas, hasta 250 gramos poco más ó menos que toma á los doce meses, aumentando gradualmente la cantidad de leche á medida que el niño crece y vigilando con sumo cuidado su digestión como hemos indicado anteriormente.

Además del agua hervida que agregamos á la leche, puede usarse el agua de arroz cocido ó de cebada, agregándole un poco de azúcar, y si fuera azúcar de leche que puede comprarse en cualquier droguería ó botica mejor aún.

Ya hemos tenido presente los inconvenientes de la lactancia artificial y sobre todo la difícil digestión de la leche de vaca para los

niños de tierna edad, y como desgraciadamente hay muchísimas causas que se agregan al peligro de la difícil digestión para producir enfermedades del estómago é intestinos, vamos á estudiarlas en el siguiente capítulo, ocupándonos de la manera de evitarlas hasta donde sea posible.

VII

Cuidados relativos á la lactancia artificial.—Esterilización y conservación de la leche.—Digestión é indigestión, término de la lactancia, alimentación é higiene general desde esta época hasta los dos años y medio.

Son muchas las causas de enfermedad en los niños, producida por la leche de vaca además de la dificultad con que se digiere sobre todo en los niños débiles, y actúan entre estas las que dependen de la alimentación de las vacas, el aseo de los establos, el tiempo que tiene la leche de ordeñada, cómo ha sido conservada, la influencia de la estación del año y las enfermedades trasmisibles por la leche.

Es absolutamente indispensable que el forraje con que se alimentan las vacas de los tambos y de los vendedores de leche ambu-

lantes, sea de buena calidad, para que la leche no tenga mal gusto y llegue hasta hacerse indigesta.

En los tambos y establos de vacas debe haber el más perfecto aseo, evitando que el piso permanezca sucio con la bosta y orina de los animales, evitando así la fermentación que produce el calor en estas materias y dando lugar á formación de inmensidad de bacterios y gérmenes que se trasportan con la leche, haciéndola más fácilmente fermentable y produciendo enfermedades del estómago é intestinos tan peligrosas en los niños, y más cuando dependen de esta causa, observándose por esta razón estas indigestiones y diarreas con más abundancia en el verano.

De las experiencias bacteriológicas hechas sobre la leche, resulta que desde que ha salido de la teta va adquiriendo y aumentando la cantidad de bacterios y bacilus cuanto más tiempo tiene, y más aún, cuando es conservada en sitios poco aseados ó en tarros poco limpios.

Hemos visto ya como la estación no es indiferente á este desarrollo de gérmenes en la leche, siendo mayor cuanto más calor hace, porque este facilita su multiplicación con las fermentaciones, lo que obliga á aumentar los cuidados de limpieza durante el verano, y las precauciones en la preparación de la leche para la alimentación de los niños.

La esterilización que es la operación más fácil y más usual, tiene por objeto hacer la leche más digerible matando infinidad de gérmenes nocivos, y aunque queden aún algunos después de bien esterilizada la leche, todavía son estos menos perjudiciales y no contribuyen tanto, como los que conseguimos matar con la esterilización, á originar las indigestiones, diarreas, etc.

Hoy se ha generalizado el uso de aparatos esterilizadores para la leche, siendo hasta el presente el más recomendable el sistema Soxhlet y cuyo costo casi al alcance de todos los bolsillos, lo hace de fácil adquisición.

De 9 á 28 \$ $^{m}/_{n}$. Precios que da el prospecto de la casa Gesell antes citado, puede adquirirse un aparato esterilizador para la leche, cuya diferencia de precio la constituye el mayor ó menor número de frascos y otros accesorios, sin que se altere el principio en que se basa su construcción y el objeto para que ha sido construído.

No es nuestra idea hacer un reclamo sino facilitar el medio de encontrar el aparato esterilizador de la leche, lo que nos hace dar este dato.

El procedimiento de esterilización de la leche consiste en hacerla hervir durante diez ó quince minutos en baño de María á la temperatura de 100° grados, en frascos que queden herméticamente tapados, y cada vez que deba darse al niño se le agrega la cantidad de agua y azúcar necesarias, se sujeta bien y se le pone la teta de goma para hacerle servir como biberón.

La limpieza de los frascos una vez usados,

debe ser tan minuciosa cuanto sea posible llenándolos de agua caliente con ceniza, se agitan bien y se lavan varias veces, teniéndolos después bastante tiempo en el agua, y para que se sequen se les pone boca abajo tapándolos herméticamente, para lo que se prefiere tapones de goma, una vez secos y limpios.

Es preferible que los frascos contengan apenas la leche que se ha de dar en cada vez al niño, no volviéndole á dar jamás la que sobre, después que ha tomado de un frasco.

Hemos mencionado la trasmisión de enfermedades por la leche, y estas dependen de enfermedades de la vaca, como la tuberculosis que es la más común, ú otras enfermedades contagiosas como el sarampión, escarlatina, viruela, fiebre tifoidea, etc.

Recordamos en prueba de esto, entre muchos casos citado por autores, uno que evidencia la facilidad del contagio por la leche, de estas enfermedades.

El Sr. G., vecino conocido de uno de los

partidos del Sud de la Provincia de Buenos Aires tiene una numerosa familia, y debido á los cuidados esmeradísimos de una madre ejemplar, sus niños se habían criado siempre sanos y robustos.

Un sentimiento de filantropía tan natural en nuestro amigo, lo llevó á facilitar gratuítamente un número de vacas lecheras á una familia pobre que vivía en una chacra de su propiedad cerca del pueblo y de donde se mandaba diariamente á casa de la familia de G., la leche en los tarros de uso común para su trasporte.

El padre de esta pobre familia se enfermó de fiebre tifoidea y muere, la esposa de éste que era la que ordeñaba las vacas se siente también enferma y se mantiene en pie cuanto es posible hasta que cae en cama, y pocos días después la fiebre tifoidea hace su aparición en casa de G., enfermándose dos de sus niñas de las que una estuvo gravísima, casi á punto de perder la vida.

Esto hará comprender cuánto cuidado deben tener los padres, sobre todo en la ciudad, de saber bien hasta donde sea posible, la procedencia de la leche que dan á sus niños y cuánto debe ser rígida la autoridad municipal en la inspección de tambos y lecherías.

Una gran variedad de alimentos y conservas como el alimento de Liebig, la harina láctea de Nestle, fosfatina Falières, etc., se han usado y se usan además de la leche para la alimentación de los niños, siendo para unos provechosos y bien digeridos y para otros no, lo que depende de su preparación y la edad en que se emplean.

Agregaré á estos la tapioca, racahou, etc., y casi todos tienen por base principal la harina ó féculas de trigo, de avena, de arroz, de cebada, etc., las que se digieren mal, sobre todo en los niños de menos de cinco á seis meses, debido á la poca abundancia de la saliva y poca tialina que es su elemento esencial, cuyo objeto es humedecer las sustan-

cias amiláceas, transformarlas en destrina y después en azúcar, para que esta sufra con la digestión las transformaciones necesarias para su asimilación.

Bastará darnos una ligera explicación del proceso de la digestión para adquirir el convencimiento de lo necesario que es el método en la alimentación y el cuidado que debemos tener en elegir los alimentos sanos y convenientes á la edad del niño, cuyos órganos van gradualmente completando su desarrollo después del nacimiento, haciéndose á medida que se desarrollan y fortifican, cada vez más aptos para hacer la digestión de las sustancias que van haciéndose necesarias para su alimentación y crecimiento.

Cuando el niño mama pone en juego los labios, los carrillos, la lengua, y haciendo un vacío en la cavidad de la boca, tira del pezón para que se salga la leche, poniéndola en contacto con la saliva que es el primer jugo digestivo que encuentra á su paso el alimento.

La saliva es segregada por las glándulas, parótidas, sub maxilares y sub linguales, cuyos conductos se abren todos en la cavidad bucal, teniendo por objeto como hemos visto antes contribuir á la digestión de las féculas.

A medida que el niño crece se desarrollan y completan su constitución las glándulas salivales dando por consiguiente cada vez más saliva y más apta para desempeñar su rol en la digestión. Esta es la razón porque repetimos, en los niños pequeños los alimentos ó base de féculas no se digieren bien, pasan al estómago é intestinos como han sido tomados, producen indigestión y diarreas, que tienen por consecuencia el enflaquecimiento del niño, lo que sólo se remedia con la leche ya de nodriza ó de vaca.

Llegados los alimentos al estómago, encuentran allí el jugo gástrico, del que la pepsina y el ácido clorhídrico sirven para digerir las sustancias albuminoideas como la caseina de la leche, clara de huevo, carne, etc., for-

mando los productos que se llaman peptonas, consecuencia de la pepsina y ácido clorhídrico sobre estas sustancias alimenticias, y en esa forma pasan al intestino para ser absorbidas y asimiladas.

En los niños pequeños su estómago segrega poco jugo gástrico, la cantidad de elementos de digestión en poca cantidad también, por lo que sólo se adapta á la digestión de la leche de mujer, pero si le damos leche de vaca más rica en grasa y sustancias albuminoideas, caseina, etc., su digestión se hará más difícil, permanecerá más tiempo la leche coagulada en el estómago se desarrollarán ácidos irritantes y estos obligarán á la mucosa con su acción á irritarse también, segregará mayor cantidad de mucosidades, las que dificultarán la digestión de la leche, y esta leche acidificada mal digerida, si no ha salido por el vómito pasará al intestino dando origen á irritaciones intestinales y de aquí la diarrea inflamatoria tan peligrosa en la época de la dentición, por las

complicaciones que ponen en peligro la vida del niño.

Esto nos demuestra la necesidad de asimilar la leche de vaca y la de mujer para facilitar su digestión, ser metódicos en las horas de dársela á los niños para que no vuelva á tomar nuevamente leche antes de haber digerido bien la que tomó anteriormente, y tener todo el cuidado posible en que la leche sea fresca, de buena calidad y bien conservada por la esterilización, etc.

La leche que no es fresca ó la que no ha sido esterilizada, siempre tiene gérmenes en abundancia, que con el calor del estómago producen su fermentación impidiendo su buena digestión y agregándose á esto la acción perniciosa de los bacilus, bacterios, etc., que pasando al intestino producen su infección, originando diarreas infecciosas más comunes en el verano, en cuya estación toman estas diarreas un tipo febril casi tan grave como la fiebre tifoidea en los niños.

Esto nos demuestra la necesidad de que la leche sea sumamente sana, fresca, esterilizada, dada con la mayor regularidad para que sea bien digerida, y evitar que una indigestión ó diarrea que recién empieza á manifestarse debido á cualquier indiscreción ó falta de cuidado, haga mayores progresos, dando al niño el purgante que antes hemos indicado, disminuyendo la cantidad de leche, alargando en lo posible los intervalos en que se le da, y recurriendo al médico en el momento en que los medios adoptados son insuficientes para conjurar el peligro de una enfermedad que debemos evitar.

Del estómago pasan los alimentos al intestino delgado, y allí desde su primera porción, empiezan á ser sometidos á la acción de la bilis, cuyo fin es emulsionar las grasas, esto es, reducirlas á partículas tan sumamente pequeñas que sean fácilmente absorbibles para pasar á la sangre, y por el jugo pancreático que sirve para completar la acción del jugo

gástrico sobre las sustancias albuminoideas y la de la bilis sobre las grasas, contribuyendo así á terminar convenientemente la digestión.

Desde que la digestión en el estómago no se ha podido hacer convenientemente por cualquiera de las causas que hemos apuntado, pasan la leche y demás alimentos al intestino, encontrándose una cantidad de caseina de la leche y otras sustancias albuminoideas acompañada del producto ácido de la fermentación en el estómago, irritan la mucosa intestinal, aumenta por esta irritación la secreción de mucosidades, y por último impiden la acción de la bilis ó el jugo pancreático y de aquí las enteritis, diarreas, cólera infantil, etc., enfermedades siempre graves y peligrosas para la vida del niño, aumentadas con la cantidad de gérmenes que trae la leche viciada porque ya ha empezado la fermentación antes de tomarla y mala también porque la falta de aseo de los jarros, frascos de biberón, etc., en los que no siendo prolijamente limpios se ha dado lugar

á formar un depósito en sus paredes apenas perceptible, que fermentando también da lugar á los bacterios nocivos que contribuirán á agravar la irritación intestinal.

Esta demostración tan sucinta como hemos podido hacerla del proceso digestivo y lo que motiva su alteración, convencerán á las madres, de la inmensa prolijidad y método que deben establecer en la alimentación de sus hijos, y más aún, cuando desgraciadamente se ven obligadas á la lactancia artificial.

———

VIII

Alimentación mixta — Destete — Época y cuidados para destetar el niño, indicaciones higiénicas para su alimentación y cuidados hasta los dos años y medio.

Cuando por cualquier causa no es posible continuar la lactancia hasta los doce ó quince meses ó como sucede en muchos casos, la madre se siente débil ó la cantidad de leche disminuye, antes que el niño sufra por una alimentación insuficiente, debe ayudarse la lactancia materna con el frasco ó biberón, usando la leche de vaca, agregándose un poco de agua cuya cantidad como hemos establecido antes, debe variar con la edad del niño; en la mayoría de los casos de los tres á los cinco meses se observa en las personas débiles, ya sea padecimientos de la madre, como

dolores al pulmón, debilitamiento general que no desaparece á pesar de la buena alimentación, ó bien por que la cantidad de leche se hace cada vez menor.

Con todas las precauciones y cuidados antes indicados se empezará entonces á usar gradualmente la leche de vaca, agregándole con preferencia agua templada y un poquito de azúcar, vigilando siempre la digestión del niño y retirándole el pecho muy lentamente, á medida que va acostumbrándose á digerir la la leche de vaca, empezando por alargar los intervalos en que debe mamar por la noche, haciéndolos después más largos durante el día y concurriendo con todos los cuidados posibles á mantener la salud más completa para que puedan evitarse las complicaciones de la dentición.

Cuando la leche de vaca no se digiere bien, siempre que sea posible, conviene reemplazarla por la de burra, cuya composición se acerca más á la leche de mujer, y si no es po-

sible conviene entonces tratar de ayudar la digestión de la leche de vaca, agregándole en el biberón un poquito de harina de trigo ó de avena secada al horno, que se digiere bien y contribuye á dividir más el coágulo que forma la leche cuando empieza su digestión en el estómago, facilitando la acción del jugo gástrico.

Cuando empiezan á inflamarse las encías para dar salida á los primeros dientes, conviene facilitar la digestión dando al niño la leche con intervalos más largos á la menor indisposición y recurrir siempre al purgante indicado, cuando empieza á aparecer en el pañal la leche cortada.

El Calomel que se usa también mucho en los niños como purgante tiene sus indicaciones especiales, ya sea como derivativo cuando se temen complicaciones cerebrales ó como desinfectante del intestino en algunas indigestiones que producen diarrea, conviniendo agregar su acción á la del aceite de castor

que es puramente mecánica barriendo el intestino de cuanto se encuentra detenido, mucosidades, leche cortada, etc., y asociándose á veces al Calomel el benzo-naftol para ayudar á la desinfección intestinal.

Cuando las circunstancias á que hemos hecho referencia no obligan á la madre á suspender la lactancia, preferimos siempre que sea posible demorar el destete hasta los doce meses cuando menos, época en que habiendo salido los colmillos (caninos) se encuentra el niño más apto para un trabajo de digestión más importante, preparándose así el aparato digestivo para la elaboración y asimilación de alimentos más apropiados que la leche para responder á las necesidades de su nutrición y desarrollo.

Todos los cuidados que hemos aconsejado para la alimentación mixta son apropiados al momento de destetar el niño, retirándole muy gradualmente el pecho y sustituyéndolo por otra alimentación, muy gradualmente también,

ya más necesaria y en la que la base principal debe ser la leche.

Conviene repartir el día poco más ó menos en períodos de cuatro en cuatro horas para las comidas, porque siendo mayor la cantidad de leche que el niño toma, agregado á esto otras sustancias que por lo general tienen por base féculas ó harinas, tiene necesariamente que hacerse un poquito más larga su digestión.

Las sustancias de uso más común son el racahou y la tapioca, que se preparan con la leche ó con el caldo claro, poniendo en una taza la cantidad que debe tomar el niño, agregándole una cucharada de caldo ó leche caliente, y después de mezclado bien se le agrega el caldo ó la leche hirviendo, poniéndolo al fuego durante cinco minutos poco más ó menos.

Esto constituye un alimento de fácil digestión y hemos podido observar que los niños lo toman con gusto.

Como á medida que el niño crece va necesitando mayor alimentación, anotaremos las sustancias alimenticias que podemos usar, recomendando á la discreción de las madres procurar que la cantidad nunca sea excesiva para que la digestión no sea muy laboriosa, y que tengan siempre presente la necesidad de esperar el tiempo necesario para que esta se haya hecho antes que el niño vuelva á tomar alimentos.

El pan que es perjudicial en los niños de pocos meses porque no lo digieren bien, es de uso tan común, y aconsejamos dárselo al niño siempre tostado, prefiriendo la galleta bien cocida, y aun rállada en el caldo se pasa bien.

La tapioca es preferible y debe darse siempre con el caldo, el racahou con la leche, las papas cocidas deshechas y con un poquito de manteca y sal, el jugo de la carne ligeramente asada, el dulce que debe preferirse el que se hace de carne del membrillo ó de manzana,

proscribiéndose cuanto sea posible las tortas, pasteles, masas y dulces de confitería y el vino que no son provechosos para el niño y alteran su digestión.

La carne, preferimos demorar su uso hasta que las muelas han salido por ser estas las que están destinadas á triturarla con la masticación para que su digestión sea convenientemente hecha.

En los cuidados higiénicos además de la alimentación, entran la habitación, el aseo, el baño, los vestidos y ejercicios.

La habitación del niño debe ser lo más seca posible, bien ventilada y con una temperatura siempre agradable, evitándose así las enfermedades producidas por la acción del frío, como bronquitis, pulmonías, pleuresías, anginas, falso crup, etc., á que está tan propenso por la facilidad con que su cuerpo pierde calor.

La cama debe ser limpia, con las ropas de abrigo que sean arregladas á la estación, teniendo cuidado sobre todo en los niños dé-

biles, de calentar la cama ó aun poner una botella de agua caliente en el invierno.

El aseo del cuerpo será esmerado, y el baño que debe ser diario, debe hacerse con el agua apenas quitada el frío, corto de cinco á diez minutos, teniendo cuidado de secarle bien el cuerpo, friccionándolo con una toalla de baño, vistiéndolo en seguida para que no tome frío.

Para los niños ya de más de año y medio ó dos años preferimos la hora de la mañana para darle el baño, dándoles en seguida la leche ó el alimento que acostumbren á tomar que ha de ser caliente, y poniéndolos en la estación fría un momento en la cama, bien abrigados hasta que venga la reacción para vestirlos en seguida.

Los vestidos del niño van sufriendo una transformación á medida que crece, debiendo ser sobre todo sumamente limpios y apropiados á la temperatura de la estación.

La ropa interior, camisa, camiseta ó bata

de abrigo, etc., deben cambiarse á menudo sobre todo en el verano.

El pañal y la mantilla es sustituído por el calzón de hilo, de algodón ó de bombasí, el que debe cambiarse en el momento que se nota humedecido por la orina ó las deposiciones.

Estos deben ir sujetos con botones por su pretina á un corpiño.

El vestido estará siempre de acuerdo con la estación, agregándose en invierno el saco de abrigo ó la capita.

Las medias y el calzado siguen siempre las mismas indicaciones que para el vestido, media de hilo ó algodón, ó seda en el verano, y lana en el invierno.

El zapato ó el botín debe adaptarse bien al pie, pero ser holgado, con punta redonda y siempre un poquito más largo que el pie.

La gorra debe usarse sólo cuando se saca el niño al aire libre ó va de paseo, recordando siempre que el abrigo de la cabeza cuando

sale al aire el niño es indicado para evitar los resfríos.

El ejercicio está comprendido en los paseos que hace el niño en brazos de la nodriza ó niñera, hasta el momento en que por sus propias fuerzas empieza á hacer algunos movimientos que van aumentando con su vigor y desarrollo.

No aconsejamos nunca poner de pie á los niños antes de que puedan hacerlo por sí solos, prefiriendo siempre cuando pueden moverse solos, dejarlos gatear hasta que por sus propios esfuerzos se paran tomándose de la silla ó de los muebles, debiendo vigilárseles siempre para que no sufran caídas y se hagan daño.

Algunas madres, por verse libres del cuidado y vigilancia de sus niños, ó por verlos caminar prematuramente, usan ponerlos en andadores, siendo esto tanto más perjudicial cuanto más tierno y cuanto más débil es el niño.

El uso de corpiños especiales para sostenerle cuando empieza á caminar no está exento de inconvenientes, porque el niño apoya en el corpiño el estómago y el pecho, haciéndose una compresión inconveniente, dificultando algo la respiración, por cuyo motivo deben usarse con todo cuidado evitando fatigarle y haciendo corto el ejercicio cuando empieza á dar los primeros pasos, cargándole en brazos á cada momento.

Cuando los niños no caminan todavía, se usa llevarlos á los paseos y plazas públicas para que tomen aire, con buen tiempo se entiende, siendo preferible para estos paseos adoptar los cochecitos en que va el niño cómodamente sentado, haciendo así por lo general menos molesto su paseo, porque no todas las nodrizas ó niñeras son bastante pacientes y cuidadosas para no dar al niño sangoloteos, ó cambiarle á cada momento de brazo porque su peso les produce fatiga, ó les dan sacudidas para que se calle cuando llora, agregándose

á esto que la distracción ó la torpeza de algunas llega hasta dejar caer al niño, ocasionándole fracturas de brazos ó piernas, ó golpes en la cabeza, de tan serias consecuencias á veces, contándose bastantes casos en que un golpe de estos le ha causado una enfermedad que le ha costado la vida, ó algunos casos citados por varios autores de enfermedades de niños, en que á consecuencia de un golpe en la cabeza han quedado idiotas para toda su vida.

Los juguetes son el medio de distracción que se busca siempre para los niños y conviene evitar que estos tengan según su forma y material de construcción, puntas ó bordes que puedan herir un ojo ó la carita en las sacudidas inconscientes que les dan los niños al jugar, y evitar que tengan colores y pinturas que el niño desprenda con la saliva al llevarlos á la boca.

Cuando ha habido un enfermito de enfermedades contagiosas, deben quemarse siem-

pre las muñecas y juguetes que se le hayan puesto en la cama para alegrarle, aun durante la convalecencia, pues muchos casos de difteria, escarlatina, sarampión, etc., han sido debidos al contagio trasmitido por los juguetes, como en el caso sucedido en París, en que una preciosa muñeca causó la muerte, por la difteria, de varias niñitas, por haber sido regalada de una á otra familia, hasta que fué quemada por indicación del médico.

Best

